

OBSAH

Koření se vrací do našich kuchyní

Koření je umění

Jak s kořením zacházet

První pomoc omáčkám

Denně stroužek česneku

Koření haraje v omáčce prim!

Jak kořeníme při redukční dietě

Léčivá moc koření

Tak zeleně se to zelená jen v vlastní zahrádce

Když se venku již nic nezelená

Štáfeta zkušenosti

Koření k nakládání zeleniny a okurek

Kořenky na míru



KUCHYŇSKÉ KOŘENÍ JAKO KONÍČEK

Vydalo vydavatelství MONA
v roce 1975 v edici LOTOS

Odpovědná redaktorka Eva Králová

Autor publikace ing. Jan Simonides

Grafická úprava Aleš Krejča

Kresby Zdenka Krejčová

Barevné fotografie Roman Vítek
a Vladimír Simer

Foto na obálce Vladimír Simer

Cena Kčs 7,-

Vytiskla Svoboda, n. p., Praha

Copyright MONA, vydavatelství ČSŽ,
Panská 7, Praha 1

MK ČSR 59-239-74



Koření se vrací do našich kuchyní

Ukryto do půvabných keramických nebo porcelánových zásobníků je připraveno kdykoliv dodat připravenému jídlu lahodnou chuť i vůni.

Koření znovu získalo v gastronomii to čestné místo, jež mívalo za dob našich babiček a prababiček, většinou vynikajících kuchařek.

V dnešní moderní domácnosti vracíme kuchařskému koření a bylinkám ocenění, které mu v minulosti plným právem náleželo.

Skončíme s fádnotí a jednotvárností v našem stravování. Nejen pestrost ve skladbě potravy, i rozmanitost v chuti jsou základními požadavky, odpovídajícími pravidlům správné výživy.

Koření si dnes může dovolit každý. Doba, kdy některá orientální koření se doslova vyvažovala zlatem a mohli si je tudíž dovolit jen mocnáři, šlechtici a bohatí měšťané, patří dávnou minulosti. Dnes jsou i tato koření dostupná každému a jejich cena je přiměřená. A kdo je navíc zahrádkář, ten má všechny možnosti, aby si koření vypěstoval na zahrádce. Někdy k tomu stačí i truhlík na balkóně, anebo řada kofenáčů na okně.

Ne každému však řeknou názvy na kofenáčích nebo na sáčcích, v nichž se koření prodává, k čemu je obsah určen, jaké druhy jidel je možno tím či oním kořením zpestřit a obohatit. Neřeknou taky, že špetka majoránky patří do bramborové polévky a trocha šalvěje je zase dobrá do pečeně, že muskát patří do špenátu a skořice do kompotu.

Přitom moderní technika dokonalejším vybavením kuchyně ulehčila pracujícím ženám vaření a přípravu pokrmů. Zdokonalené ledničky, automatické grily, moderní sporáky umožňují přípravu jídel, která byla před léty prakticky vyhrazena jedině velkým a drahým restauracím. Sortimenty polotovarů, připravených jídel a zmrazených výrobků zkracují přípravu pokrmů a umožňují, aby i ti, kteří se vrátí z práce, mohli si připravit jídlo podle své chuti a představ. Jen musí vědět, jak na to!